这是我爸妈告诉我有关吃饭时要注意(zhùyì-pay attention to) 的事情 (shìqing－business/items)。

在中餐, 有不少习俗 (xísú- custom)、礼仪（lǐyí－etiquette) 和禁忌 (jìnjì- taboo) 不可以不知道。以下是一些要注意 (zhùyì- pay attention to) 的事情 （shìqing－business/items)。

坐的时侯要正，从开始到用餐完，都要抬头挺胸 （táitóutǐngxiōng-hold your head high and straighten your back)；双脚(shuāng jiǎo-feet) 平放在地，不要把脚抬高、不要抖 （dǒu-shake) 脚；双手要在桌子上.

• 让长辈（zhǎngbèi-elderly)和客人先开始

上每一道菜时应该（yīnggāi-should)先敬（jìng-toast)酒/敬 茶，然后才开始吃饭；晚辈在敬酒/敬 茶时, 杯子要低过（dīguò-lower than)长辈

\* 要用公筷把饭菜夹到自己或别人的碗里面

\* 如果餐桌有转（zhuǎn-turn)盘，要以顺时针（shùnshízhē-clockwise)方向（fāngxiàng-direction)拿菜, 只可夹（jiá –pick up)自己面前的食物（shíwù-food),’注意同桌有人在拿菜时不要转动转盘！

- 筷子碰（pèng-touch)到的菜，就要夹起，不可在碟里挑（tiāo-pick)菜或把己经夹的食物放回菜碟里

- 用过的筷子要放在筷子架（jià-rack)上或放在自己的碟边，不要放在桌子上

\* 倒（dào-pour)茶给自己前, 要先倒给别人，要给最高的长辈/客人开始. 如果有人倒茶给自己 ，要说谢谢。 如果茶水已经没有了，要把茶盖（gài-lid)打开，表示（biǎoshì-reflects)要服务生加（jiā-add)水

\*嘴（zuǐ-mouth)里有食物时不要说话. 不要在别人嘴里有食物时, 跟他讲（jiǎng话

\* 不在吃饭时要放下筷子；说话时不要动筷子

\* 不可用餐巾（jīn-cloth)擦（cā-wipe)嘴,，要用纸（zhǐ–paper)巾盖嘴巴，然侯说: 对不起!

\* 不可把筷子直插（chā-insert)在饭里、不可以只用一根（gēn-MW for unit)筷子

Works Cited

*Chinese Dining Etiquette*. Perf. Carmen. Off the Great Wall, 2013. YouTube.

"Chinese Table Manners." *About Travel*. About.com, n.d. Web. 17 Oct. 2014.